

Morjensta pöytään! Olen Kosusen Tuomas, kiero savolainen, lappilaisella twistillä. Perhettä minulla on vaimon ja kahden lapsen verran. Olen reilu kolmekymppinen - tai vajaa nelikymppinen, riippuen katsannasta.

WAU:lla olen toiminut syyskuusta 2010 lähtien, aloittaen toiminnan Rovaniemellä, laajentaen sen Kuopioon ja palaten itse takaisin Rolloon. Työnimikkeenä on ollut liikuntakoordinaattori ja nykyään se taitaa olla hankekoordinaattori. Työhöni kuuluu tällä hetkellä Osallistava ja Liikunnallinen Teatteri -hankkeen pyörittäminen Rovaniemellä ja sen hallinnointi myös Oulun seudulla. Tämä vie työajastani puolet, toisen puolikkaan teen ostopalveluna Lapin Liikunnalle (liikunnan aluejärjestö), jossa vastaan lasten ja nuorten liikunnan koulutuksista. Tarvittaessa käyn stunttaamassa myös kerhoissa, leireillä ja olenpa mukana myös työsuojelukomiteassakin.

Oma liikuntani koostuu suurimmaksi osaksi omien lasten liikunnasta, jossa käyn painimassa ja palloilemassa pojan kanssa ja kускаan tyttöä voikkatreeneihin. Lisäksi oman talon rakentaminen ja siitä tuleva hyötyliikunta täyttää kalenteria kivasti. Pysin myös käymään pelaamassa koripalloa niin usein kuin pystyn, nuorten kiusaksi ja omaksi iloksi. Koris onkin ollut päälaji vajaan kolmekymmentä vuotta. Satunnaisesti harrastan myös kaikkea muuta mahdollista liikuntaa.

Koen työni WAU ry:ssä erittäin tärkeäksi lasten ja nuorten tulevaisuuden kannalta. Liikunta on helpoin ennaltaehkäisevä lääke niin erilaisiin sairauksiin kuin vaikkapa syrjäytymiseen. Tykkään nähdä iloisia, nauravaisia ja punaposkisia lapsia liikkumassa niin kerhoissa kuin vapaa-ajallakin. Liikunta on parasta lääkettä! Nykyään työssäni on myös mahtavaa, kun pääsen vaikuttamaan lasten ja nuorten liikuttajiin ja päättäjiin! Asennemuutoksen on lähdettävä aikuisista ja se on sulautettava osaksi jokaisen päivää!

Me WAU:lla tarjoamme lapsille ja nuorille helpon ja ilmaisen mahdollisuuden liikkua turvallisesti, lähellä kotia ja ennen kaikkea parhaassa seurassa - omien kavereiden ja luokkatovereiden kanssa. Liikunta on itselleni pakoa arjesta, aivojen nollausta, terveyden ylläpitoa ja ennen kaikkea joukkueurheilussa yhteenkuuluvuutta, yhteen hiileen puhaltamista ja toiseen luottamista!

**Tuomas
Kosunen**

koordinaattori

**OLT-hanke,
Rovaniemi**